

**SOSIOHUMANIORA:****Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial dan Humaniora****Jurnal Homepage:** <http://jurnal.ustjogja.ac.id/index.php/sosio>**Efikasi Diri dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa****Ika Wahyu Pratiwi<sup>1</sup>, Hayati<sup>2</sup>**<sup>1,2</sup> Fakultas Psikologi Universitas Borobudur, Jakarta

Jl. Raya Kalimalang No. 1, Kel. Cipinang Melayu, Kec. Makasar, Jakarta Timur

ikawahyupratiwi@borobudur.ac.id

Info Artikel	Abstract
<p><i>Article History</i></p> <p>Naskah diterima: 28 November 2020</p> <p>Naskah direvisi: 2 Januari 2021</p> <p>Naskah disetujui: 20 Januari 2021</p> <p><i>Kata kunci:</i> efikasi diri, prestasi belajar, mahasiswa.</p>	<p><i>Di dalam perkuliahan, mahasiswa tidak lepas dari permasalahan, namun terdapat mahasiswa yang berhasil mengatasi permasalahan mereka dan tetap bersemangat dalam menjalani proses perkuliahan. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah efikasi diri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap prestasi belajar mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sample dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif S1 Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 dengan jumlah 120 mahasiswa.. Metode analisa data dalam penelitian ini adalah regresi linier. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prestasi mahasiswa angkatan 2016/2017 di Universitas Borobudur. Uji model regresi menunjukkan (<math>\text{Sig } 0.00 &lt; 0.05</math>), dengan nilai koefisien korelasi (<math>R</math>) pada mahasiswa fakultas bidang eksakta sebesar dan humaniora sebesar 0.268, hal ini menunjukkan ada hubungan antara variabel efikasi diri dan prestasi belajar dalam kategori rendah. Koefisien determinasi (<math>R^2</math>) pada mahasiswa sebesar 0.007. Hal ini berarti hanya 7 % variasi dari prestasi belajar dapat dijelaskan oleh variabel efikasi diri, dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya.</i></p>

**PENDAHULUAN**

Saat ini, kehidupan telah memasuki abad ke 21 yang disebut dengan era keterbukaan atau era globalisasi. Pada abad 21, kehidupan manusia mengalami banyak perubahan di mana meminta kualitas dalam segala usaha dan hasil kerja manusia dan setiap individu dituntut untuk melakukan pekerjaan secara cepat dan tepat melalui kemampuan yang tinggi dalam memutuskan setiap tindakan, oleh karena itu diperlukanlah kualitas dan keterampilan yang mumpuni. Berdasar hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa Abad 21 meminta sumber daya yang berkualitas dan hal tersebut menjadi salah satu tuntutan pendidikan saat ini. Individu saat ini tidak hanya perlu memiliki kedalaman pengetahuannya saja, namun juga bagaimana mengolah pengetahuan tersebut sehingga menjadi pribadi yang kritis serta inovatif (Wardono dan Indrawati, 2019). Salah satu usaha yang dapat dilakukan dalam mencapai sumber daya yang berkualitas adalah melalui proses pendidikan di perguruan tinggi. Menurut Undang-Undang No. 12 tahun 2012, salah satu tujuan pendidikan di perguruan tinggi adalah dihasilkannya lulusan yang menguasai cabang ilmu pengetahuan dan/atau teknologi untuk memenuhi kepentingan nasional dan peningkatan daya saing bangsa.

Upaya yang dapat dilakukan oleh perguruan tinggi dalam membangun sumber daya manusia yang berkualitas dan mampu bersaing serta bertahan dalam menghadapi abad 21 adalah membangun peserta didik agar berhasil dalam ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Namun, pada kenyataannya banyak mahasiswa yang tidak mampu membangun keseluruhan tiga ranah tersebut, dikarenakan perubahan gaya hidup dan gaya belajar mahasiswa. Gaya hidup mahasiswa yang dianggap mandiri sering membuat mahasiswa terlena pada aktivitas pergaulan mereka, penggunaan teknologi tanpa batas, dan aktivitas mahasiswa yang tidak kenal batas waktu. Sedangkan perubahan gaya belajar dari SMA ke perguruan tinggi juga menjadi bagian sulit bagi mahasiswa untuk melakukan pengadaptasian, sehingga timbul target pencapaian belajar yang berubah pula pada diri individu (Sari & Mariah, 2017). Apabila hal tersebut terus berlangsung maka pada akhirnya akan membuat mereka kehilangan fokus dalam target pencapaian prestasi belajar mereka di perkuliahan.

Universitas Borobudur merupakan salah satu universitas di Jakarta Timur yang memiliki tujuh fakultas pada program sarjana (S1). Dalam memahami fenomena lebih dalam mengenai keberhasilan belajar mahasiswa di Universitas Borobudur, peneliti melakukan wawancara awal dengan perwakilan pengajar di empat fakultas antara lain fakultas ilmu komputer, fakultas psikologi, fakultas teknik dan fakultas ilmu kesehatan. Berdasar hasil wawancara awal tersebut, peneliti menemukan beberapa permasalahan yang dialami oleh mahasiswa angkatan 2016/2017, antara lain; 1) manajemen waktu yang kurang baik di mana banyak mahasiswa yang tidak dapat mengatur waktu kuliah dengan urusan pribadinya sehingga perkuliahan menjadi terbelengkalai; 2) selalu menunda-nunda waktu pengerjaan tugas perkuliahan; 3) semangat belajar yang rendah sehingga mengakibatkan proses pembelajaran terganggu dan berpengaruh pada kehadiran dan prestasi belajar mahasiswa yang menurun; 4) terlalu banyak berfikir namun tidak ada tindakan yang diambil; 5) tidak dapat bersosialisasi dan beradaptasi dengan baik; dan 6) sering mengikuti nasihat dari *role model* (teladan) yang negatif dari teman sebayanya. Akibat dari permasalahan-permasalahan yang tidak dapat ditangani tersebut pada akhirnya mengakibatkan pada pengabaian mata kuliah dan penurunan indeks prestasi akademik. Mahasiswa pada angkatan tersebut seharusnya sudah memasuki tugas akhir, namun saat ini mereka masih berfokus untuk memperbaiki indeks prestasi akademik mereka, baik mengambil mata kuliah yang terlewatkan di semester-semester sebelumnya dan mengulang mata kuliah untuk memperbaiki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) agar dapat dianggap layak di dunia kerja saat mereka lulus kuliah nanti.

Di sisi lain, berdasar hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti dengan perwakilan pengajar di fakultas-fakultas yang ada di Universitas Borobudur, ditemukan pula bahwa selain mahasiswa yang mengalami permasalahan dalam proses pembelajaran di perkuliahan ditemukan pula bahwa terdapat mahasiswa angkatan 2016/2017 yang berhasil dalam menjalani perkuliahan dan banyak dari mahasiswa tersebut sudah memasuki tugas akhir, meski mereka sering dihadapkan pada situasi dan kondisi yang tidak baik, prestasi belajar mahasiswa tetap baik bahkan cenderung meningkat. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa memiliki kemampuan dalam mengatur waktu belajar dengan baik, memiliki kemampuan dalam mengevaluasi dirinya sendiri, memiliki tanggung jawab terhadap diri sendiri, selalu berpikir positif dalam setiap kondisi dan situasi, memiliki keyakinan untuk bersikap aktif dan mandiri, dan memiliki kemampuan untuk mengatur emosi dengan baik. Bukti pencapaian tersebut terlihat dari indeks prestasi akademik mereka di mana rata-rata IPK mahasiswa di atas 3.40.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan mahasiswa dalam menjalankan proses pembelajaran dalam kuliahnya adalah efikasi diri. Menurut Bandura dalam Feist & Feist (2014) efikasi diri adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap fungsi orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Qudsyi & Irma (2016) mengemukakan bahwa efikasi diri adalah kepercayaan diri sejauh mana individu memperkirakan kemampuannya dalam melaksanakan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapainya. Berdasar pada definisi-definisi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan bentuk keyakinan yang dimiliki oleh individu untuk dapat menyelesaikan tugas atau mengatasi persoalan secara mandiri.

Bandura dalam Ghufroon & Suminta (2013) mengemukakan bahwa efikasi diri pada dasarnya merupakan hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan mengenai sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan dalam mencapai hasil yang diinginkan. Efikasi diri tidak memiliki kaitan dalam dengan kecakapan namun berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal yang dapat dilakukan dengan kecakapan yang dimiliki oleh individu. Selain itu, efikasi diri juga menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki oleh seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang mengandung kekaburan, tidak dapat diramalkan, dan penuh dengan tekanan.

Kemudian, Bandura dalam Ningsih dan Hayati (2020) mengemukakan bahwa efikasi diri merupakan salah satu aspek penunjang yang sangat berarti dalam proses pembelajaran dikarenakan akan mempengaruhi hasil belajar, siswa dengan efikasi diri yang tinggi akan percaya bahwa mereka mampu menyelesaikan segala tugas yang ada meskipun mendapatkan tugas yang sulit, sedangkan siswa dengan efikasi diri yang rendah akan memiliki pemikiran bahwa dirinya tidak mampu mengerjakan segala tugas-tugas yang ada dalam proses pembelajaran siswa tersebut. Hal tersebut didukung oleh Huang (2016) yang mengemukakan bahwa efikasi diri dapat membantu seseorang dalam menuntaskan atau melakukan tugas akademik. Oleh karena itu, apabila individu mampu mengembangkan perasaan positif yang tepat tentang efikasi diri, maka dapat membantu individu tersebut dalam mempertinggi prestasi, meyakini kemampuan, mengembangkan motivasi internal, dan memungkinkan siswa untuk mencapai tujuan yang lebih menantang.

Adapun keterkaitan antara efikasi diri dengan prestasi belajar, yaitu prestasi belajar merupakan kegiatan hasil belajar (Witurachmi, dan Hamidi, 2017). Prestasi belajar memiliki peran penting dalam mengetahui ketercapaian program tujuan yang telah ditetapkan. Slameto (2010) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, meliputi; 1) faktor internal, seperti jasmani (kesehatan dan cacat tubuh), kelelahan (kelelahan jasmani dan rohani), psikologis ( intelegensi, minat, perhatian, dan motif; 2) faktor eksternal seperti sekolah (metode mengajar, relasi guru dengan siswa, dan kurikulum), keluarga (rumah, keadaan ekonomi keluarga, dan lingkungan budaya keluarga), dan masyarakat (media massa, teman bergaul, dan kegiatan siswa dalam masyarakat). Berdasar faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri masuk ke dalam faktor psikologis yang mempengaruhi prestasi belajar individu.

Berdasar penelitian yang dilakukan oleh Maisaroh (2013) yang berjudul “ Pengaruh *Efikasi diri* dan *Self Regulated Learning* terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta” ditemukan bahwa efikasi diri memiliki peran yang sangat besar dalam tingkah laku atau pola belajar dalam diri mahasiswa terutama pada prestasi belajar. Mahasiswa dengan tingkat efikasi tinggi percaya bahwa dia mampu melalui proses belajar dengan baik, mampu

mengerjakan semua tugas yang dibebankan padanya, dan yakin bahwa dia akan mampu mencapai prestasi yang baik. Mahasiswa dengan *efikasi diri* yang tinggi akan memiliki keyakinan tentang kemampuannya dalam mengorganisir dan menyelesaikan tugas untuk mencapai hasil yang diinginkan dalam tingkat kesulitan tertentu. Kondisi ini akan berpengaruh pada pola kemandiriannya dalam belajar yang tinggi pula. Individu ini akan mampu mengelola pengalaman belajarnya secara efektif, sehingga mampu mencapai hasil belajar yang optimal.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Sufirmansyah (2015) yang menyatakan bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap prestasi belajar mahasiswa Pascasarjana Prodi PAI STAIN Kediri sebesar 67,4% dan sisanya 32,6% dipengaruhi oleh faktor lain. Berdasar pada empat sumber efikasi yang mampu membentuk atau menguatkan adanya peningkatan efikasi diri seseorang, maka pengalaman performansi merupakan sumber yang paling efektif dalam membentuk efikasi diri yang kuat pada mahasiswa. Hal tersebut menjelaskan bahwa peningkatan efikasi diri tidak hanya karena potensi yang ada dalam individu namun juga dapat dikuatkan dari luar diri seseorang.

Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Mariah (2017) terkait dengan kontribusi efikasi diri terhadap prestasi akademik mahasiswa prodi PKK UST angkatan 2016/2017 ditemukan bahwa  $F_{hitung} (16,507) > F_{tabel} (3,94)$  di mana nilai probabilitas  $p (0,000) < 0,05$  yang berarti hipotesis diterima. Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh positif terhadap peningkatan prestasi akademik siswa.

Berdasar pada penelitian-penelitian sebelumnya, maka peneliti merasa perlu menggali lebih mengenai untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prestasi belajar mahasiswa agkatan 2016/2017 di Universitas Borobudur.

## METODE

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif dikarenakan dalam penelitian ini variabel yang ada dianalisa secara statistik dan hasilnya ditunjukkan dengan angka-angka (Sugiyono, 2010). Penelitian ini merupakan penelitian kausal komparatif karena ingin melihat pengaruh sebab akibat antara kedua variabel, yaitu variabel efikasi diri dengan prestasi belajar mahasiswa di Universitas Borobudur. Pada penelitian ini terdapat dua variabel. Variabel bebas (*independent variabel*) dalam penelitian ini adalah efikasi diri dan variabel terikat (*dependent variabel*) adalah prestasi belajar. Definisi operasional dari efikasi diri adalah semakin tinggi skor total efikasi diri yang diukur maka semakin tinggi efikasi dirinya, begitu pula sebaliknya semakin rendah skor totalnya maka semakin rendah efikasi dirinya. Selanjutnya, definisi operasional prestasi belajar adalah semakin tinggi nilai IPK mahasiswa maka semakin tinggi prestasi belajarnya, sebaliknya semakin rendah nilai IPK mahasiswa semakin rendah prestasi belajarnya.

Selanjutnya, dalam mengukur efikasi diri, peneliti menggunakan skala *Likert* yang didasarkan pada tiga dimensi efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura dalam Philips dan Gully (2012) antara lain; 1) *level/ magnitude*, berhubungan dengan kesulitan tugas di mana individu akan memilih tugas berdasarkan pada tingkat kesulitannya; 2) *generality*, berkaitan dengan tingkah laku di mana seseorang merasa yakin akan kemampuannya berdasar pengalaman sebelumnya, dan 3) *strength*, berhubungan dengan keyakinan seseorang tentang sejauh mana ia yakin akan dapat melaksanakan tugas dengan sebaik-baiknya. Hasil uji validitas dan realibilitas variabel skala efikasi diri diperoleh nilai validitas diantara 0,255- 0,714 dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,866 sehingga skala efikasi diri tersebut dinyatakan valid dan reliabel. Sedangkan dalam mengukur

prestasi belajar, peneliti menggunakan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 yang tersebar dalam tujuh fakultas di Universitas Borobudur, antara lain: 1) Fakultas Teknik; 2) Fakultas Ilmu Kesehatan; 3) Fakultas Hukum; 4) Fakultas Ekonomi; 5) Fakultas Psikologi; 6) Fakultas Ilmu Komputer; dan 7) Fakultas Pertanian dengan total populasi adalah 135 mahasiswa. Sedangkan, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *proportionate stratified random sampling*. Berdasar pada perhitungan *proportionate stratified random sampling* diperoleh sampel sebesar 120 mahasiswa.

Metode analisis pada penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana yang berfungsi mengetahui ada tidaknya pengaruh antara efikasi diri dengan variabel prestasi belajar. Regresi linier sederhana didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausalitas satu variabel independen dengan satu variabel dependen (Sugiyono, 2010).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil sampel sebanyak 120 mahasiswa angkatan 2016/2017 di Universitas Borobudur, diperoleh nilai efikasi diri dan prestasi belajar. Secara deskriptif, hasil penelitian dapat digambarkan melalui tabel berikut:

**Tabel 1.** Hasil Statistik Deskriptif

	N	Minim um	Maximu m	Mean	Std. Deviation
Selfefikasi	120	36.00	75.00	58.8750	7.15091
Prestasibelajar	120	2.28	3.92	3.2795	.29515
Valid n (listwise)	120				

Selanjutnya, peneliti melakukan deskripsi berdasar norma dengan tujuan untuk menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok secara berjenjang menurut suatu urutan berdasar pada atribut yang diukur (Azwar, 2012). Berdasar hasil perhitungan pada 120 mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 pada kategori efikasi diri ditemukan bahwa terdapat 58 mahasiswa (48.3%) memiliki kategori efikasi diri rendah dan 62 mahasiswa (51.7%) memiliki kategori efikasi diri tinggi. Hal tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2.** Kategori Mahasiswa Berdasar Norma Efikasi Diri

Kategori	Subjek	Prosentase
Rendah	58	48.3%
Sedang	0	0%
Tinggi	62	51.7%

Secara lebih lanjut, pada penelitian ini juga menggambarkan pada 120 mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 pada kategori prestasi belajar ditemukan bahwa terdapat 37 mahasiswa (30.8%) yang memiliki prestasi belajar rendah, 22 mahasiswa (18.3%)

memiliki prestasi belajar sedang, dan 61 mahasiswa yang memiliki prestasi belajar tinggi (50,8%). Hal tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.** Kategori Mahasiswa Berdasar Norma Prestasi Belajar

Kategori	Subjek	Prosentase
Rendah	37	30.8%
Sedang	22	18.3%
Tinggi	61	50.8%

Selanjutnya, peneliti melakukan uji normalitas. Data dinyatakan normal apabila nilai  $sig > 0.05$ . Pada mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017, nilai  $sig$  untuk *efikasi diri* dan prestasi belajar sebesar 0.200, Dikarenakan nilai  $sig > 0.05$  maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal

Kemudian, peneliti melanjutkan dengan uji linieritas. Berdasar uji linieritas ditemukan bahwa nilai  $sig$  pada *deviation from linearity* pada mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 sebesar 0.144. Dikarenakan nilai  $sig > 0.05$  maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel prestasi belajar dan *efikasi diri* pada mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 terdapat hubungan yang linier. Hal tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.** Ringkasan Anova

Model		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
1	<i>Regression</i>	.725	1	.725	8.871	.004 <sup>b</sup>
	<i>Residual</i>	9.642	118	.082		
	<i>Total</i>	10.367	119			

Berdasar uji anova atau F tes pada mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 diperoleh F hitung adalah 8.871 dengan tingkat signifikansi 0.004. Dikarenakan probabilitas  $0.004 < 0.05$ , maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi prestasi belajar atau dengan kata lain, *efikasi diri* berpengaruh terhadap prestasi belajar mahasiswa fakultas bidang humaniora. Hal tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5.** Tabel Koefisien Regresi

Model		<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>		
		<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
1	(Constant)	2.637	.217		12.134	.000
	Efikasi diri	.011	.004	.264	2.978	.004

**Tabel 6.** Model Ringkasan Uji Regresi

Model	<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	.264 <sup>a</sup>	.070	.062	.28585

Berdasar hasil pengujian hipotesis penelitian diperoleh bahwa terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prestasi belajar mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017. Koefisien korelasi ( $R$ ) pada mahasiswa fakultas bidang eksakta dan humaniora sebesar 0.264, hal ini menunjukkan terdapat hubungan antara variabel efikasi diri dengan prestasi belajar dalam kategori lemah dikarenakan  $< 0.5$ . Koefisien determinasi ( $R^2$ ) pada mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 sebesar 0.070. Hal tersebut menunjukkan bahwa hanya 7% variasi prestasi belajar mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 hanya bisa dijelaskan oleh variabel efikasi diri, sedangkan 93 % pengaruh disebabkan oleh faktor lain. Selanjutnya, apabila dikaitkan dengan hasil koefisien korelasi ( $R$ ) pada penelitian ini di mana koefisien korelasi pada mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 sebesar 0.264, hal ini menunjukkan terdapat hubungan antara variabel efikasi diri mahasiswa dan prestasi belajar berada dalam kategori lemah dikarenakan koefisien korelasi  $< 0.5$  (Yoenanto, 2017).

Hasil penelitian tersebut senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Prahara dan Budiyan (2020) dengan judul “Pelatihan Efikasi Guru: Efikasi diri akademik dan prestasi belajar siswa” di mana skor sumbangan efektif variabel efikasi diri akademik pada prestasi belajar sangat kecil yaitu hanya berada pada 1 %, dan 99% disebabkan oleh faktor-faktor lain. Hal tersebut dikarenakan faktor yang mempengaruhi prestasi belajar digolongkan menjadi dua golongan besar, yaitu faktor intern dan juga faktor ekstern. Faktor intern adalah faktor yang terdapat dalam diri individu yang sedang belajar, yaitu meliputi kesehatan jasmani, cacat tubuh, intelegensi, perhatian, minat, bakat, motivasi belajar, kesiapan, sikap peserta didik, dan kelelahan. Sedangkan faktor ekstern adalah faktor yang ada di luar individu, yang meliputi faktor keluarga, sekolah, dan masyarakat. Kedua jenis faktor tersebut kemungkinan besar berpengaruh terhadap skor prestasi belajar peserta didik.

Secara lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Anggaraeni, Ismail, dan Damayanti (2020) yang berjudul “Pengaruh efikasi diri melalui kemampuan berpikir positif terhadap prestasi belajar mahasiswa” ditemukan bahwa tidak terdapat pengaruh antara efikasi diri dengan prestasi belajar mahasiswa, hal tersebut dikarenakan ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi seperti intelegensi dan minat dalam belajar yaitu keinginan meningkatkan kemampuan diri, menyukai mata kuliah tertentu, dan memiliki dasar mata kuliah tertentu dan menunjukkan minat yang lebih mendominasi pada pencapaian prestasi belajar. Selain itu, terdapat faktor lain yang mendorong prestasi belajar, seperti pengalaman dari orang lain yang lebih berhasil, adanya motivasi dari keluarga, adanya kerjasama dengan mahasiswa dalam penyelesaian tugas, adanya keinginan dalam menyelesaikan studi tepat waktu, serta rasa percaya diri yang dimiliki oleh mahasiswa.

Hasil penelitian ini dan penelitian-penelitian sebelumnya sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Bandura dalam Santrock (2013) mengemukakan bahwa efikasi diri merupakan faktor yang penting dalam menentukan prestasi belajar, namun pengaruh yang diberikan bisa berupa pengaruh secara langsung maupun pengaruh yang tidak langsung, dalam hal ini seorang individu yang memiliki keyakinan diri tinggi terhadap kemampuan dirinya (*efikasi diri*) akan berusaha menguasai dan menaklukkan apapun soal ujian yang diberikan. Keyakinan ini tentunya didasari atau diikuti dengan usaha lain seperti memiliki strategi belajar, pola pengaturan dalam belajar. Keyakinan yang dimiliki dengan diperkuat dengan usaha belajar yang akan kemudian meningkatkan prestasi belajar, akan tetapi apabila keyakinan diri tidak diikuti oleh dengan tindakan yang nyata maka tidak akan mempengaruhi prestasi belajar.

Selanjutnya, mengacu pada hasil penelitian ini dimana kontribusi efikasi diri terhadap prestasi belajar mahasiswa angkatan 2016/2017 di Universitas Borobudur sebesar 7%, maka salah satu hal yang dapat dilakukan oleh pendidik di lingkungan Universitas Borobudur adalah mendorong mahasiswa untuk meningkatkan efikasi diri mereka, karena pada dasarnya efikasi diri dapat dimodifikasi oleh potensi diri individu maupun dorongan-dorongan yang didapatkan dari individu atau keadaan yang ada di sekitarnya. Hal tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Alwisol (2011) yang menyatakan bahwa efikasi diri dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan dan diturunkan melalui salah satu atau kombinasi empat sumber berikut; 1) pengalaman performansi, yaitu prestasi yang pernah dicapai pada masa lalu, sebagai sumber, performansi masa lalu menjadi pengubah efikasi diri yang paling kuat pengaruhnya; 2) pengalaman vikarius, yaitu melalui model sosial di mana efikasi diri akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain, sebaliknya efikasi diri akan menurun apabila mengamati orang yang kemampuannya kira-kira sama dengan dirinya ternyata gagal; 3) persuasi sosial, kondisi ini adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi; dan 4) keadaan emosi yaitu emosi yang kuat, takut, cemas, stress dapat mengurangi efikasi diri, namun dapat terjadi, peningkatan emosi yang tidak berlebihan dapat meningkatkan efikasi diri. Oleh karena itu, meskipun efikasi diri merupakan faktor internal dan memberi pengaruh yang dominan, namun faktor eksternal juga dapat memberikan andil terhadap efikasi diri seseorang. Kombinasi dari pengalaman informasi, pengalaman vikarius, persuasi sosial, dan keadaan emosi merupakan kombinasi yang saling melengkapi dalam pembentukan atau penguatan efikasi diri seseorang.

## **KESIMPULAN**

Berdasar hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara efikasi diri dan prestasi belajar mahasiswa angkatan 2016/2017 di Universitas Borobudur. Pengaruh efikasi diri terhadap prestasi belajar mahasiswa Universitas Borobudur angkatan 2016/2017 sebesar 7 % sisanya dipengaruhi oleh faktor lain,.

Dengan memperhatikan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, maka peneliti memberikan beberapa saran, antara lain; 1) mahasiswa universitas Borobudur angkatan 2016/2017 diharapkan dapat mengoptimalkan efikasi diri mereka, tidak hanya terbatas dalam memiliki keyakinan diri, namun didasari pula oleh tindakan yang nyata, sehingga mampu mengoptimalkan prestasi belajar mereka; 2) bagi pendidik di lingkungan Universitas Borobudur diharapkan untuk mendorong dan memotivasi mahasiswa untuk lebih menggunakan kemampuan efikasi diri dalam mengoptimalkan prestasi belajar mahasiswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Alwisol. (2011). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.

Anggraeni, A.S.D., Ismail, W., & Damayanti, E. (2020). Pengaruh efikasi diri melalui kemampuan berpikir positif terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Jurnal Psibermetika*, 13(2), 105-112.

Azwar, S. (2012). *Metode penelitian psikologi*. Jogjakarta: Pustaka Pelajar.

Feist, J., & Feist, G. (2014). *Teori kepribadian* (7<sup>th</sup> Ed.). Jakarta: Salemba Humanika.



- Ghufron, M.N., & Suminta, R.R. (2013). Efikasi diri & hasil belajar matematika: Metanalisis. *Buletin Psikologi UGM*, 21(1), 20-30.
- Huang, C. (2016). Achievement goals and self efficacy: A meta-analysis. *Elsevier: Educational Research Review*, 19, 119-137.
- Maisaroh. (2013). Pengaruh efikasi diri dan self regulated learning terhadap prestasi belajar mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. *Jbfeb Unsoed*. 5(1), 1-21.
- Ningsih, W.F., & Hayati, I.R. (2020). Dampak efikasi diri terhadap proses dan hasil belajar matematika. *Journal on Teacher Education*, 1(2), 26-32.
- Pemerintah Indonesia. (2012). Undang-undang nomor 12 tahun 2012 tentang pendidikan tinggi. *Lembaran Negara RI Tahun 2012*. Jakarta: Sekretariat Negara.
- Philips & Gully. (2012). *Organizational behavior*. Canada: South Western.
- Prahara, S.A., & Budiyan, K. (2019). Pelatihan efikasi diri guru: Efikasi diri akademik dan prestasi belajar siswa. *Insight*, 21(1), 39-49.
- Qudsyi, H., & Irma, M. (2016). Efikasi diri and anxiety of national examination among high school students. . *Procedia: Social and Behavioural Sciences*, 217, 268-275.
- Santrock, J.W. (2013). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Sari, A.S., & Mariah, S. (2017). Kontribusi efikasi diri terhadap prestasi akademik mahasiswa PKK UST. *Jurnal Taman Vokasi*, 5(2), 136-142.
- Slameto. (2020). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sufirmansyah (2015). Pengaruh efikasi diri terhadap prestasi belajar mahasiswa pascasarjana prodi PAI STAIN Kediri dengan motivasi sebagai variabel intervening. *Didaktika Religia*, 3(2), 133-156.
- Sugiyono. (2010). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Witurrachmi, L.S., & Hamidi, M. (2017). Pengaruh efikasi diri dan perilaku belajar terhadap prestasi belajar siswa SMK di Karanganyar. *Jurnal Tata Arta UNS*, 3(1), 189-198.
- Yoenanto, N.H. (2017). Pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial guru terhadap prestasi belajar matematika pada siswa SMP di Surabaya. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*, 1(1), 89-99.